

HUBUNGAN ANTARA PENGUNGKAPAN DIRI DENGAN KECANDUAN

***FACEBOOK* PADA REMAJA**

NASKAH PUBLIKASI



Diajukan Oleh:

Nasri Ika Yuliati

F 100 100 131

FAKULTAS PSIKOLOGI

UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA

2014

HUBUNGAN ANTARA PENGUNGKAPAN DIRI DENGAN KECANDUAN *FACEBOOK* PADA REMAJA

NASKAH PUBLIKASI

*Diajukan Kepada Fakultas Psikologi
Untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan
Memperoleh Gelar Sarjana (S-1) Psikologi*



Diajukan Oleh :

Nasri Ika Yulianti

F 100 100 131

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA
2014**

HUBUNGAN ANTARA PENGUNGKAPAN DIRI DENGAN KECANDUAN *FACEBOOK* PADA REMAJA

Yang Diajukan oleh:

Nasri Ika Yuliati

F 100 100 131

Telah disetujui untuk dipertahankan
di depan Dewan Penguji

Telah Disetujui Oleh :

Pembimbing Utama



Lisnawati Ruhaena, S.Psi, M.Si

Surakarta, 3 Juli 2014

HUBUNGAN ANTARA PENGUNGKAPAN DIRI DENGAN KECANDUAN FACEBOOK PADA REMAJA

Yang diajukan oleh :

NASRI IKA YULIATI

F 100100131

Telah disetujui untuk dipertahankan di depan Dewan Penguji

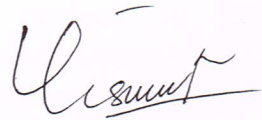
Pada tanggal

4 Juli 2014

dan dinyatakan telah memenuhi syarat

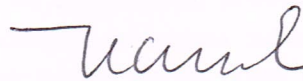
Penguji Utama

Lisnawati Ruhaena, S.Psi, M.Si



Penguji Pendamping I

Dr. Nanik Prihartanti, S.Psi, M.Si



Penguji Pendamping II

Dr. Sri Lestari, S.Psi, M.Si



Surakarta, 4 Juli 2014

Universitas Muhammadiyah Surakarta

Fakultas Psikologi

Dekan



Taufik, M.Si., Ph.D

HUBUNGAN ANTARA PENGUNGKAPAN DIRI DENGAN KECANDUAN FACEBOOK PADA REMAJA

**Nasri Ika Yuliati
Lisnawati Ruhaena
lianasriika@hotmail.com
Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta**

Abstraksi: Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara pengungkapan diri dengan kecanduan facebook. Subjek dalam penelitian ini adalah remaja akhir yang berusia 18-20 tahun, memiliki akun facebook yang aktif, dan merupakan mahasiswa fakultas psikologi, fakultas teknik sipil dan FKIP matematika Universitas Muhammadiyah Surakarta yang berjumlah 104 orang. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini adalah purposive sampling. Analisis data dilakukan dengan analisis regresi menggunakan program bantu SPSS 19,0 For Windows Program. Hasil penelitian menunjukkan bahwa tidak ada hubungan antara pengungkapan diri dengan kecanduan facebook. Tingkat kecanduan facebook tergolong sedang sedangkan tingkat pengungkapan diri tergolong tinggi.

Kata Kunci : kecanduan facebook, pengungkapan diri

HUBUNGAN ANTARA PENGUNGKAPAN DIRI DENGAN KECANDUAN FACEBOOK PADA REMAJA

Nasri Ika Yuliati

Lisnawati Ruhaena

lianasriika@hotmail.com

Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta

Abstract. *The aim of this research is to find the correlation between self disclosure with facebook addiction. Data was collected by scales to 104 adolescent. they had characteristics as adolescent whom 18-20 years old, having active facebook account and the students of psychology, engineering and mathematics faculty, Universitas Muhammadiyah Surakarta. Data is analyzed by regression using program SPSS 19,0 For Windows programs. The results showed that there is no relationship between facebook addiction and self-disclosure. The level of facebook addiction is categorized as medium, while self disclosure is categorized as high.*

Keyword: *facebook addiction, self disclosure*

Abstraksi. *Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara pengungkapan diri dengan kecanduan facebook. Subjek dalam penelitian ini adalah remaja akhir yang berusia 18-20 tahun, memiliki akun facebook yang aktif, dan merupakan mahasiswa fakultas psikologi, fakultas teknik sipil dan FKIP matematika Universitas Muhammadiyah Surakarta yang berjumlah 104 orang. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini adalah purposive sampling. Analisis data dilakukan dengan analisis regresi menggunakan program bantu SPSS 19,0 For Windows Program. Hasil penelitian menunjukkan bahwa tidak ada hubungan antara pengungkapan diri dengan kecanduan facebook. Tingkat kecanduan facebook tergolong sedang sedangkan tingkat pengungkapan diri tergolong tinggi.*

Kata Kunci : *kecanduan facebook, pengungkapan diri*

PENDAHULUAN

Perkembangan teknologi yang sangat pesat semakin memudahkan manusia dalam melakukan aktivitas sehari-hari. Teknologi yang berkembang pesat saat ini adalah teknologi informasi di antaranya adalah internet. Menurut Yunelti, dkk (2013) internet adalah suatu jaringan komputer global yang terbentuk dari jaringan-jaringan komputer lokal dan regional yang memungkinkan komunikasi data antar komputer yang terhubung ke jaringan tersebut.

Suryanto (2010) menyebutkan bahwa salah satu pengguna internet adalah mahasiswa. Mahasiswa lebih rentan untuk menjadi pecandu internet. Kesibukan dan aktivitas yang banyak dari mahasiswa biasanya membuat mahasiswa menjadi tergantung pada internet.

Adiksi terhadap internet terlihat dari intensitas waktu yang digunakan seseorang untuk terpaku di depan komputer atau segala macam alat elektronik yang memiliki koneksi internet yang berakibat banyaknya waktu yang digunakan untuk *online* membuat individu tidak peduli dengan kehidupan yang terancam, seperti nilai yang buruk di sekolah atau kehilangan pekerjaan bahkan meninggalkan orang-orang yang disayangi.

Kecanduan internet saat ini, banyak terlihat terutama kecanduan pada jejaring sosial yakni *facebook*. Jejaring sosial *network* sekarang ini tengah populer dikalangan remaja maupun dewasa. Anderson dan Butcher (2010) melaporkan bahwa 93% pemuda Amerika antara usia 12-17 menggunakan internet. Selain itu juga menurut hasil survey yang dilakukan

Sheldon (2008) bahwa 93% dari mahasiswa mempunyai akun *facebook* dan ada beberapa yang kecanduan untuk selalu mengakses akun *facebook* karena tidak sedikit pengguna *facebook* yang menganggap dunia maya khususnya jejaring sosial *facebook* lebih mengasyikkan daripada dunia nyata.

Selain itu, Susanto (2013) juga memaparkan data yang pernah dirilis oleh *Internet World Stats* di akhir tahun 2012 bahwa Indonesia menduduki peringkat keempat dunia sebagai pengguna *facebook* terbesar dunia. Melihat dari analisis lain yang ditampilkan oleh situs Social Bakers, pengguna *facebook* di Indonesia didominasi oleh remaja yang berumur antara 18-24 tahun di posisi pertama dan 25-34 tahun di urutan kedua sedangkan dari jenis kelaminnya, pengguna *facebook* di Indonesia didominasi oleh pria dengan persentase sebesar 59%, sisanya adalah wanita. Data pengguna berusia muda tersebut juga hampir sama seperti data hasil survei yang dilakukan oleh Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia (APJII) pada tahun 2012. Hasil survei mengungkapkan bahwa pengguna internet di Indonesia didominasi oleh pengguna berusia dengan rentang usia antara 12-34 tahun.

Menurut hasil penelitian Griffiths (2000) individu menggunakan internet untuk tujuan *coping* dan menetralkan hubungan yang kurang adekuat seperti hilangnya dukungan sosial di kehidupan nyata, harga diri yang rendah, dan kekurangan fisik lainnya. Selanjutnya dikatakan bahwa semua subjek penelitian memperlihatkan penggunaan internet sebagai alat utama untuk mengadakan kontak sosial dan menjadikan internet sebagai sebuah

alternatif realitas berbasis tulisan yang penggunaannya mampu membenamkan diri dengan menerima identitas personal dan sosial untuk membuat individu merasa lebih baik karena merasa mendapat *reward* psikologis yang tinggi.

Individu yang menggunakan internet untuk tujuan *coping* cenderung mengungkapkan diri lebih banyak di media internet, namun sebenarnya secara trait kepribadian dan di dunia nyata, individu tersebut takut untuk mengungkapkan diri atau mempunyai pengungkapan diri yang rendah di dunia nyata. Hal ini selaras dengan pernyataan Griffiths (2000) bahwa internet memberi kenyamanan tersendiri yang menyebabkan kecanduan karena medianya anonim, tidak betatap muka dan tidak ada hambatan, termasuk menggunakan *facebook* untuk berinteraksi dengan orang lain.

Individu yang dalam dunia nyata kurang terbuka atau kurang mempunyai pengungkapan diri maka cenderung membentuk *coping* di dunia maya, khususnya di jejaring sosial seperti *facebook*, selain itu untuk mendapat dukungan emosional karena di dunia nyata hal tersebut kurang terpenuhi yang disebabkan ketidaknyamanan pengungkapan diri di dunia nyata.

Menurut Daryanto (2004) internet merupakan singkatan dua buah kata dalam bahasa inggris, yaitu *International Work* (penghubung jaringan). Selain itu, internet berasal dari bahasa latin *inter* yang berarti jaringan penghubung atau dengan kata lain internet adalah hubungan antar berbagai jenis komputer dan jaringan di dunia yang berbeda sistem operasi maupun aplikasi yang memanfaatkan kemajuan media komunikasi yang menggunakan

protocol standar yang berupa IP (*interconnected protocol*).

Salah satu fasilitas di internet yaitu jejaring sosial *facebook*. *Facebook* merupakan situs yang sederhana dan mudah digunakan serta mempunyai efek mencandu. Efek mencandu itu disebabkan oleh dua hal utama yaitu yang pertama karena kesenangan memperoleh teman dan mendapat perhatian dari orang lain dan yang kedua karena adanya kesenangan menjadi orang yang dikenal dan diketahui keberadaannya. Hal ini akan menyebabkan seseorang lebih mudah menjadi pecandu jejaring sosial di internet apabila seseorang mempunyai kebutuhan yang besar akan perhatian, penghargaan diri dan pengakuan akan eksistensi diri (Hendroyono, 2009).

Pecandu internet menurut Young (1998) adalah individu yang kecanduan internet memiliki kecenderungan yang kuat dalam melakukan aktivitas-aktivitas yang hanya dilakukan sendiri (*solitary activities*) dan membatasi aktivitas sosialnya.

Young (1998) dalam penelitiannya menjelaskan beberapa kriteria kecanduan internet. Kriteria tersebut di antaranya: pengguna internet yang merasa asyik dengan internet; pengguna internet yang merasa perlu untuk menggunakan internet dengan meningkatnya jumlah waktu pemakaian untuk mencapai kepuasan, pengguna internet yang berulang kali melakukan upaya gagal untuk mengontrol diri sendiri, mengurangi, atau berhenti menggunakan internet; pengguna internet yang merasa gelisah, murung, depresi, atau mudah tersinggung saat mencoba mengurangi atau berhenti menggunakan internet; pengguna internet

yang tetap *online* lebih lama dari waktu yang direncanakan; pengguna internet yang mengalami bahaya atau berisiko merusak suatu hubungan, pekerjaan, pendidikan atau peluang karir dikarenakan penggunaan internet yang berlebihan; pengguna internet berbohong kepada anggota keluarga, terapis, atau orang lain untuk menyembunyikan keterlibatan dan penggunaan internet yang berlebihan; pengguna internet menggunakan Internet sebagai cara untuk melarikan diri dari suatu masalah atau meringankan suasana hati.

Young dan Rodgers (1998) menyebutkan faktor yang mendorong seseorang menjadi kecanduan terhadap internet yaitu: tingkat aktivitas, jenis kelamin, trait kepribadian (kemandirian, kepekaan emosional dan reaktivitas, kewaspadaan, pengungkapan diri dan karakteristik non konformis.

Individu tertarik dengan keanoniman internet. Young (1998) menyebutkan bahwa individu tertarik dengan internet dalam jangka waktu yang lama karena dengan berkomunikasi melalui internet identitas pengguna tidak sepenuhnya dapat diketahui oleh orang lain sesama penggunaannya sehingga merasa aman dan nyaman.

DeVito (1995) mendefinisikan pengungkapan diri sebagai tindakan mengkomunikasikan informasi mengenai diri sendiri kepada orang lain. Pengungkapan diri juga mencakup informasi yang dikomunikasikan kepada orang lain secara bebas. Hal tersebut dapat berbentuk penyampaian informasi atau pengungkapan perasaan.

Menurut Jourard (dalam Leung, 2002) dimensi pengungkapan diri terdiri dari 5, yaitu kedalaman dan keintiman,

kejujuran dan akurasi, kuantitas percakapan, valensi dan intensitas.

Devito (1997) mengemukakan ada delapan faktor yang mempengaruhi pengungkapan diri, yaitu efek diadik, besaran kelompok, topik bahasan, perasaan menyukai, jenis kelamin, ras, kebangsaan dan usia, mitra dalam hubungan, serta kepribadian.

Berdasarkan uraian di atas, rumusan pertanyaannya adalah apakah ada hubungan antara pengungkapan diri dengan kecanduan internet pada remaja pengguna *facebook*? Peneliti tertarik melakukan penelitian dengan judul “Hubungan Antara Pengungkapan Diri Dengan Kecanduan Internet Pada Remaja Pengguna *Facebook*”.

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk Mengetahui hubungan antara pengungkapan diri dengan kecanduan *facebook* pada remaja, mengetahui seberapa besar peranan atau sumbangan efektif pengungkapan diri pada kecanduan *facebook* pada remaja, mengetahui tingkat pengungkapan diri pada remaja, mengetahui tingkat kecanduan *facebook* pada remaja.

METODE PENELITIAN

Variabel yang digunakan untuk penelitian ini adalah variabel tergantung (kecanduan *facebook*), variabel bebas (pengungkapan diri). Subjek penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah mahasiswa teknik komunikasi dan informatika dengan jumlah 118 orang, mahasiswa psikologi UMS, teknik sipil dan FKIP Matematika dengan jumlah masing-masing fakultas 50 orang. Total subjek pada penelitian 150 siswa namun yang lolos screening yaitu 104 orang. Kriteria pemilihan subjek adalah remaja akhir rentang usia

18-20 tahun, memiliki akun *facebook* aktif, merupakan mahasiswa teknik komunikasi dan informatika, psikologi UMS, teknik sipil dan FKIP Matematika

Metode pengumpulan data pada penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan menggunakan dua skala yaitu skala kecanduan *facebook* dan skala pengungkapan diri.

Skala kecanduan *facebook* merupakan hasil modifikasi dari skala yang dibuat Young (1998). Modifikasi dilakukan untuk menyesuaikan istilah penggunaan internet menjadi penggunaan *facebook*. Hasil modifikasi skala tidak ada aitem yang gugur. Hasil *try out* diperoleh daya beda aitem berkisar antara 0,281-0,882, $p < 0,05$ dan koefisien reliabilitas sebesar 0,895. Dari hasil penelitian, skala kecanduan *facebook* menunjukkan daya beda aitem berkisar antara 0,314-0,657, $p < 0,05$ dan koefisien reliabilitas alat ukur sebesar 0,902.

Skala pengungkapan diri merupakan hasil modifikasi dari skala yang dibuat Leung (2002) dengan modifikasi sebaran nomor aitem dan daftar pertanyaan agar lebih sesuai dengan kondisi penelitian. Hasil modifikasi *try out* pertama ada 38 aitem dengan jumlah aitem terpakai 13 dan 25 aitem gugur. Hasil *try out* pertama diperoleh daya beda aitem berkisar antara -0,365-0,597, $p < 0,05$ dan koefisien reliabilitas sebesar 0,557. Hasil *try out* kedua terdapat 39 aitem dengan 25 aitem terpakai dan 14 aitem gugur dengan daya beda aitem berkisar antara 0,305-0,650, $p < 0,05$ dan koefisien reliabilitas sebesar 0,809. Dari hasil penelitian, skala ini menunjukkan daya beda aitem berkisar antara 0,305-

0,650 $p < 0,05$ dan koefisien reliabilitas alat ukur sebesar 0,737

Teknik analisis data yang digunakan pada penelitian ini adalah analisis regresi linier sederhana.

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil analisis regresi, diketahui bahwa ada tidak ada hubungan negatif dan searah yang signifikan antara pengungkapan diri dengan kecanduan *facebook*. Hal ini ditunjukkan oleh nilai korelasi yang negatif sebesar 0,120 dengan signifikansi sebesar 0,224 ($p > 0,05$). Model regresi ini tidak dapat memprediksi tingkat kecanduan *facebook* jadi, variabel bebas pengungkapan diri tidak mempengaruhi variabel tergantung kecanduan *facebook*. Hipotesis ada hubungan negatif antara pengungkapan diri dengan kecanduan *facebook* ditolak. Artinya, tidak dapat dikatakan bahwa semakin tinggi pengungkapan diri maka semakin rendah kecanduan *facebook* dan semakin rendah pengungkapan diri maka semakin tinggi kecanduan *facebook*. Nilai F sebesar 1,498 dengan signifikansi 0,224 ($p > 0,05$), artinya model regresi ini kurang dapat memprediksi tingkat kecanduan *facebook*. Variabel pengungkapan diri tidak mempengaruhi atau bukan sebagai prediktor variabel kecanduan *facebook*.

Menurut Young dan Rodgers (1998) remaja yang mengalami kecanduan internet memiliki sikap, perilaku, maupun karakteristik-karakteristik yang unik dan berbeda dari remaja yang pemakaian internetnya normal. Karakteristik yang secara signifikan dapat membedakan remaja yang kecanduan internet dengan remaja

yang pemakaian internetnya normal adalah: a) Tingkat aktivitas; b) Jenis kelamin; c) ciri kepribadian yang di dalamnya terdapat kemandirian, kepekaan emosional dan reaktivitas, kewaspadaan, pengungkapan diri serta karakteristik non konformis sedangkan pengungkapan diri merupakan bagian dari ciri kepribadian yang diuji menggunakan 16PF sehingga kecanduan *facebook* tidak berhubungan secara langsung dengan pengungkapan diri.

Selaras dengan penelitian yang dilakukan Young dan Rodgers (1998) bahwa pengguna yang ketergantungan atau kecanduan menduduki peringkat tinggi dalam hal *self reliance*, sedangkan pengungkapan diri ada dalam peringkat keempat setelah kepekaan dan reaktivitas emosi serta kewaspadaan sehingga kurang dapat mempengaruhi secara signifikan pengungkapan diri seseorang pengungkapan diri akan mempengaruhi secara langsung apabila berada dalam peringkat pertama.

Hubungan antara pengungkapan diri dengan kecanduan *facebook* tidak ada dikarenakan salah satu reliabilitas dari skala dalam hal ini skala pengungkapan diri yang kurang tinggi yaitu 0,737. Pada dasarnya, nilai 0,737 termasuk dalam reliabilitas yang memadai akan tetapi akan lebih terlihat hubungan antara keduanya apabila pengungkapan diri mendapatkan reliabilitas yang sangat baik yaitu sekitar 0,80-0,98 (Azwar, 2012).

Berdasarkan wawancara yang dilakukan pada 10 informan yang pernah mengisi angket yang dipilih secara acak diperoleh data bahwa 7 di antaranya mengaku bahwa sudah tidak begitu aktif dalam menggunakan *facebook* karena kini banyak jejaring sosial lain yang

digunakan seperti *twitter*, *instagram* maupun *path* dengan begitu subjek bingung saat mengisi angket seperti harus mengisi angket dengan keadaan sekarang yang tidak begitu aktif mengakses *facebook* atau saat dulu aktif *facebook*.

Diperoleh pula data lain dari 3 subjek menyatakan bahwa kurang mengerti dalam pengisian skala pengungkapan diri. Pengungkapan diri yang subjek maksud ada yang berupa pengungkapan diri di *facebook* ada pula pengungkapan diri di kehidupan sehari-hari. Hal tersebut terjadi dalam satu angket sehingga subjek memaknai pengungkapan diri dalam skala secara bias yaitu pengungkapan diri *online* dan pengungkapan diri nyata.

Berdasarkan paparan di atas dapat disimpulkan bahwa terdapat dua alasan yang mendasari tidak ada hubungan yang signifikan antara pengungkapan diri dengan kecanduan *facebook* pertama adalah alasan secara konseptual yaitu kecanduan internet dipengaruhi faktor tingkat aktivitas, jenis kelamin dan ciri kepribadian. Pengungkapan diri merupakan salah satu faktor dari kepribadian sehingga masih terdapat faktor-faktor lain dari kepribadian yang turut menentukan kecanduan *facebook* (Young, 1998). Kedua, yaitu alasan secara metodologis yaitu penelitian ini menghasilkan reliabilitas skala pengungkapan diri sebesar 0,737 yang tergolong memadai, akan lebih baik apabila reliabilitas skala tersebut bernilai 0,80-0,98 yang berarti sangat baik.

Dari hasil kategorisasi data terhadap 104 subjek, tingkat kecanduan *facebook* subjek adalah sebesar 44,85 yang tergolong kategori sedang. 3 subjek yang masuk kategori sangat

rendah, 44 subjek masuk kategori rendah, 43 subjek masuk kategori sedang, 12 subjek masuk kategori tinggi, dan 2 subjek masuk kategori sangat tinggi.

Selaras dengan itu, kategorisasi yang dibuat oleh Young (1998) menunjukkan bahwa sejumlah 10 subjek masih dalam taraf kecanduan *facebook* yang normal, 60 subjek dalam taraf sedang, 33 subjek dalam taraf agak berat dan terdapat 1 subjek yang masuk dalam taraf kecanduan *facebook* yang berat.

Paparan Young (1998) dan Hendroyono (2009) mengungkapkan bahwa tingkat kecanduan internet dalam hal ini *facebook* didasari oleh karakter individu itu sendiri yang lebih menyukai kegiatan sendiri dan membatasi kegiatan sosialnya akan tetapi individu tersebut mempunyai kebutuhan yang besar akan penghargaan dan eksistensi diri sehingga terdapat perbedaan taraf kecanduan pada setiap individu. Individu yang berada pada kategori sangat rendah dan kategori rendah masih mampu melakukan kegiatan sosial dengan orang lain dan mampu eksis di lingkungannya dengan baik sehingga tingkat kecanduan *facebook*nya tergolong sangat rendah.

Berbeda halnya dengan individu yang berada dalam kategori sedang. Individu tersebut sedikit membatasi kegiatan sosialnya dan menyukai kegiatan yang dilakukannya sendiri akan tetapi individu tersebut tetap membutuhkan perhatian dan penghargaan dari orang lain serta ingin tetap menunjukkan eksistensi dirinya sehingga individu tersebut memilih alternatif lain untuk mengekspresikan dirinya tanpa harus melakukan kontak sosial yang menyebabkan individu

tersebut kecanduan *facebook* (Young, 1998; Hendroyono, 2009).

Individu yang berada dalam kategori tinggi dan sangat tinggi menurut Young (1998) dan Hendroyono (2009) sudah sangat membatasi kegiatan sosialnya dan melakukan segala kegiatan dalam kesehariannya sendiri akan tetapi individu tersebut memiliki keinginan untuk dihargai, diperhatikan dan mengekspresikan diri yang tinggi. Keinginan yang dimiliki individu tersebut dapat terwujud apabila individu melakukan kontak sosial dengan lingkungannya sehingga individu yang memiliki kecanduan *facebook* yang tinggi bahkan sangat tinggi memilih tetap membatasi kegiatan sosialnya dan melakukan kegiatannya sendiri namun mengekspresikan diri dan mendapatkan penghargaan dan perhatian dari orang lain melalui *facebook*.

Dari hasil kategorisasi data terhadap 104 subjek, tingkat pengungkapan diri subjek adalah sebesar 70,47 dan tergolong kategori tinggi. Tidak ada subjek yang masuk kategori sangat rendah dan kategori rendah, 2 subjek masuk kategori sedang, 65 subjek masuk kategori tinggi, dan 37 subjek masuk kategori sangat tinggi.

Berdasarkan paparan beberapa ahli dapat disimpulkan bahwa individu cenderung mengungkapkan dirinya kepada orang lain semata-mata ingin memberikan informasi pada dirinya dan mempererat hubungan antara dirinya dengan orang lain di sekitarnya. Terkait dengan tingkat pengungkapan diri individu yang berbeda-beda hal tersebut dikarenakan perbedaan yang dimiliki individu seperti kemampuan dalam menyampaikan informasi maupun tujuan

dalam pencapaian hubungannya dengan orang lain.

Tingginya kategori pengungkapan diri dapat diartikan bahwa individu tersebut mampu menyampaikan informasi dengan baik kepada orang di lingkungannya baik mengenai informasi yang menyangkut hal yang sangat pribadi maupun hal yang umum (Barker & Gaut dalam Gainau, 2009).

Subjek dalam penelitian ini berada pada kategori sedang, tinggi dan sangat tinggi sehingga sebagian besar individu tidak memiliki masalah dalam menyampaikan informasi, pikiran, keinginan maupun perasaan mengenai dirinya (DeVito, 1995).

Dalam penelitian ini masih memiliki beberapa kelemahan, di antaranya adalah idealnya pemberian instruksi menekankan pengungkapan diri di dunia nyata sehingga tidak menimbulkan bias oleh subjek bahwa pengungkapan diri yang dimaksud adalah pengungkapan diri di dunia nyata atau di dunia maya hal ini berdampak pada reliabilitas skala pengungkapan diri yaitu sebesar 0,737 yang tergolong memadai. Pada dasarnya, nilai 0,737 termasuk dalam reliabilitas yang baik akan tetapi akan lebih terlihat hubungan antara pengungkapan diri dengan kecanduan *facebook* apabila pengungkapan diri mendapatkan reliabilitas yang sangat baik yaitu sekitar 0,80-0,98. Reliabilitas yang tinggi akan menunjukkan hasil yang lebih akurat terhadap variabel-variabel yang diukur dan memiliki tingkat kepercayaan yang tinggi dalam pengukurannya (Azwar, 2012).

Idealnya, penelitian dilakukan pada subjek yang aktif dalam mengakses jejaring sosial *facebook* sehingga

pengungkapan diri yang dilakukan subjek hanya di *facebook* saja. Namun pada kenyataannya, kini telah banyak jejaring sosial lainnya seperti *twitter*, *instagram*, *path* dan lain sebagainya sehingga subjek tidak lagi mengungkapkan diri secara luas di *facebook* dan waktu penggunaan *facebook* sudah tidak intens lagi dengan adanya jejaring sosial lain dengan alasan lebih banyak teman yang menggunakan jejaring sosial seperti *twitter*, *instagram* dan *path*. Menurut Boyd dan Ellison (2011), pada tahun 2009 muncul jejaring sosial *twitter* yang saat ini juga merupakan salah satu jejaring sosial populer. Pengguna *twitter* dibatasi dalam membuat status yaitu maksimal 140 karakter namun justru pembatasan ini yang membuat *twitter* menjadi jejaring sosial lebih populer. Tahun 2011, muncul lagi jejaring sosial baru bernama *google+* yang dibuat oleh perusahaan internet raksasa, *google*. Jejaring sosial ini dibuat untuk menyaingi *facebook*. Kemiripan *google+* dengan *facebook* membuat *google+* menjadi populer. Kelebihan *google+* adalah memiliki fitur dan sistem yang dimiliki oleh *facebook* dan *twitter* sehingga dapat dikatakan *google+* ini merupakan gabungan dari *facebook* dan *twitter*. Munculnya jejaring sosial baru membuat jejaring sebelumnya menjadi mulai ditinggalkan oleh penggunanya karena terdapat keunggulan-keunggulan lain sehingga lebih menarik penggunanya.

PENUTUP

Kesimpulan

1. Tidak ada hubungan yang signifikan antara pengungkapan diri dengan kecanduan *facebook*, semakin tinggi pengungkapan diri

maka semakin rendah kecanduan *facebook*, begitu juga sebaliknya. Variabel pengungkapan diri tidak mempengaruhi atau menjadi prediktor variabel kecanduan *facebook*.

2. Tingkat kecanduan *facebook* sebesar 44,85 yang tergolong sedang.
3. Tingkat pengungkapan diri sebesar 70,47 yang tergolong tinggi.

Saran

a. Bagi remaja

Remaja diharapkan dapat mengungkapkandirinya di dunia nyata dengan baik. Remaja juga diharapkan membuat pertemanan di dunia nyata secara luas sehingga dapat mengungkapkan diri terhadap teman-teman di sekitarnya. *Facebook* dapat digunakan sebagai media pembelajaran dan pertemanan yang digunakan sewajarnya saja dengan memperhatikan batasan waktu dan penggunaanya sehingga remaja tidak akan mengalami kecanduan *facebook*.

b. Bagi orang tua

Orang tua diharapkan dapat mengontrol penggunaan *facebook* remajanya seperti mengontrol waktu penggunaan *facebook* dan mengontrol tugas-tugas wajib yang harus dikerjakan agar tidak terbengkalai karena penggunaan *facebook* yang berlebihan. Orang tua perlu menjadi pendengar yang baik bagi remajanya dengan begitu anak akan lebih nyaman apabila mengungkapkan dirinya kepada orang tua. Pengungkapan diri

kepada orang tua akan mengurangi kecanduan *facebook* karena tanpa harus dengan mengakses internet dan mengungkapkan diri kepada orang lain yang belum tentu dikenal, remaja akan lebih memilih mengungkapkan diri kepada orang tua yang dinilai bisa berbicara secara langsung dan sudah dikenal dengan dekat. Adanya pengungkapan diri remaja yang tinggi dapat memudahkan orang tua untuk mengajak remajanya lebih terbuka dalam mengungkapkan dirinya.

c. Bagi peneliti selanjutnya

Kepada peneliti selanjutnya apabila memiliki minat terhadap kecanduan *facebook* hendaknya mengaitkannya dengan variabel lain selain pengungkapan diri seperti tingkat aktivitas, jenis kelamin, trait kepribadian selain pengungkapan diri seperti kemandirian, kepekaan emosional dan reaktivitas, kewaspadaan, serta karakteristik non konformis. Peneliti selanjutnya juga dapat meneliti kecanduan pada jejaring sosial selain *facebook* karena sekarang ini sudah mulai bermunculan jejaring sosial baru yang memungkinkan remaja untuk mengungkapkan dirinya. Selain itu, ketika melakukan pengambilan data hendaknya diberikan instruksi secara jelas sehingga subjek dapat memahami petunjuk pengerjaan dengan tepat. Peneliti selanjutnya juga diharapkan menyempurnakan skala pengungkapan diri agar reliabilitasnya mengalami peningkatan yaitu lebih dari atau sama dengan 0,8 agar tingkat kepercayaan terhadap skala baik.

DAFTAR PUSTAKA

- Aiken, L.R. dan Marnat, G.G. (2008). *Pengetesan dan Pemeriksaan Psikologi*. Terjemahan: Widiastuti, H. Jakarta: Indeks.
- Athari, N. S. (1994). *“Internet Addiction*. Jakarta: Damar Mulia Pustaka.
- Azwar, S. (2012). *Penyusunan Skala Psikologi Edisi 2*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Bargh, J. A. & McKenna, K. Y. A. (2004). The Internet And Social Life. *Annual Review of Psychology* 55: 573-590.
- Bargh, McKenna & Fitzsimons. (2002). Can You See The Real Me? Activation And Expression Of The “True Self” On The Internet. *Journal of Social Issues* 58 (1): 33-48.
- Boyd, Danah M. & Nicolle B. E. (2011). Social Network Sites: Definition, History, and Scholarship. *Journal of Computer-Mediated Communication* 13: 210-230.
- Caplan, S. E. (2003). Preference For Online Social Interaction: A Theory Of Problematic Internet Use And Psychosocial Well-being. *Communication Research* 30: 625–648.
- Dahlan, M. S. (2012). *Seri 10 Regresi Linear Disertai Praktik Dengan SPSS*. Jakarta: Epidemiologi Indonesia
- Daryanto. (2004). *Memahami Kerja Internet*. Bandung: Yrama Widya.
- DeVito, J.A. (1995). *The Interpersonal Communication Book*. New York, NY: Harper Collins College Publishers.
- Gainau, M. B. (2009). Keterbukaan Diri (Self Disclosure) Siswa dalam Perspektif Budaya dan Implikasinya Bagi Konseling. *Jurnal Ilmiah Widyawarta* 33 (1): 1-17.
- Griffiths, M. D. (2000). Internet Addiction-Time To Be Taken Seriously? *Addiction Research* 8: 413–418.
- Hidayat, D. 16 Januari 2012. Kecanduan Internet Bisa Merubah Otak. <http://www.tempo.co/read/news/2012/01/16/060377574/Kecanduan-Internet-Bisa-Mengubah-Otak>. (29 Januari 2014).
- Hendroyono, T. (2009). *Facebook: Situs Social Networking Bernilai 15 Miliar Dolar*. Bandung: B. First
- Leung, L. Loneliness, Self Disclosure, and ICQ, (“I Seek You”) Use. (2002). *Cyberpsychology and Behavior* 5 (3): 242-251.
- Montag, C., Peter K., Carina S., Sebastian M., dan Martin R. (2012). “The Role of the CHRNA4 Gene in Internet Addiction: A Case-control study.” *Journal of Addiction Medicine* 6 (3).

- Sarwono, J. (2013). *Statistik Multivariat: Aplikasi untuk Riset Skripsi*. Yogyakarta: Andi.
- Sears, D.O., Freedman, J.L., dan Peplau, L.A. (1985). *Psikologi Sosial*. Jakarta: Erlangga.
- Sheldon, P. (2008). The Relationship Between Unwillingness To Communicate And Student's Facebook Use. *Journal of Media Psychology* 20(2): 67-75.
- Suryanto. 26 April 2010. Mahasiswa AS Kecanduan Internet. <http://www.antaraneews.com/berita/184267/mahasiswa-as-kecanduan-internet> (21 Januari 2014).
- Susanto, D. A. 20 September 2013. Data Terkini Pengguna Facebook di Indonesia. <http://m.merdeka.com/teknologi/data-terkini-pengguna-facebook-di-indonesia.html> (20 januari 2014).
- Taylor, S. E., Peplau, L. A., Sears, D.O. (2009). *Psikologi Sosial* Edisi 12. Jakarta: Kencana.
- Young, K. S. (1998). Internet addiction: The Emergence Of A New Clinical Disorder. *CyberPsychology and Behavior* 1: 237-244.
- Young, K., & Rodgers, R. (1998). Internet addiction: Personality traits associated with its development. *Paper presented at the 69th annual meeting of the Eastern Psychological Association*.
- Yunelti, F., Marjohan & Nurfarhanah. (2013). Penggunaan Internet Di Kalangan Mahasiswa Jurusan Bimbingan Dan Konseling Fakultas Ilmu Pendidikan Di Universitas Negeri Padang. *Jurnal Ilmiah Konseling* 2 (1).